

РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ, КАК СДЕЛАТЬ ПОСЕЩЕНИЕ СЕТИ ИНТЕРНЕТ ДЛЯ ДЕТЕЙ ПОЛНОСТЬЮ БЕЗОПАСНЫМ:

1. Поощряйте детей делиться с вами их опытом в интернете. Посещайте Сеть вместе с детьми.
2. Научите детей доверять интуиции. Если их в интернете что-либо беспокоит, им следует сообщить об этом вам.
3. Если дети общаются в чатах, используют программы мгновенного обмена сообщениями, играют или занимаются чем-то иным, требующим регистрационного имени, помогите ребенку его выбрать и убедитесь, что оно не содержит никакой личной информации.
4. Настаивайте на том, чтобы дети никогда не выдавали своего адреса, номера телефона или другой личной информации; например, места учебы или любимого места для прогулки.
5. Объясните детям, что разница между правильным и неправильным одинакова: как в интернете, так и в реальной жизни.
6. Научите детей уважать других в интернете. Убедитесь, что они знают о том, что правила хорошего поведения действуют везде – даже в виртуальном мире.
7. Настаивайте, чтобы дети уважали собственность других в интернете. Объясните, что незаконное копирование чужой работы – музыки, компьютерных игр и других программ – является кражей.
8. Скажите детям, что им никогда не следует встречаться с друзьями из интернета. Объясните, что эти люди могут оказаться совсем не теми, за кого себя выдают.
9. Скажите детям, что не все, что они читают или видят в интернете, правда. Приучите их спрашивать вас, если они не уверены.
10. Контролируйте деятельность детей в интернете с помощью современных программ. Они помогут отфильтровать вредное содержимое, выяснить, какие сайты посещает ребенок и что он делает на них.

СОВЕТЫ ПО ДОСТИЖЕНИЮ РАВНОВЕСИЯ МЕЖДУ ВРЕМЕНЕМ, ПРОВОДИМЫМ В СЕТИ ИНТЕРНЕТ И ВНЕ ЕГО:

1. *Следите за симптомами проявления интернет-зависимости.* Спросите себя: оказывает ли времяпрепровождение в Сети влияние на школьные успехи ребенка, его здоровье и отношения с семьей и друзьями? Выясните,

сколько времени ваш ребенок проводит в интернете.

2. **Обратитесь за помощью.** Если у вашего ребенка проявляются серьезные признаки интернет-зависимости, проконсультируйтесь с педагогом. Навязчивое использование интернета может быть симптомом других проблем, таких как депрессия, раздражение или низкая самооценка.

3. **Не запрещайте интернет.** Для большинства детей он является важной частью их общественной жизни. Вместо этого установите внутрисемейные правила использования интернета. В них можно включить следующие ограничения: количество времени, которое ежедневно проводит в интернете ребенок; запрет на Сеть до выполнения домашней работы; ограничение на посещение чатов или просмотр материалов «для взрослых».

4. **Держите компьютер в открытом помещении.** Установите компьютер в общей комнате вашей квартиры, а не в спальне ребенка.

5. **Поддерживайте равновесие.** Пусть ребенок почаще играет с другими детьми на свежем воздухе.

6. **Помогите ребенку участвовать в общении вне интернета.** Если ваш ребенок застенчив и испытывает неловкость при общении с ровесниками, почему бы не рассмотреть возможность специального тренинга? Поощряйте участие ребенка в тех видах деятельности, которые объединяют детей с одинаковыми интересами, например, моделирование кораблей или литературный кружок.

7. **Контролируйте своих детей.** Ознакомьтесь с программами, которые ограничивают использование интернета и осуществляют контроль над посещаемыми сайтами. Однако помните, что сообразительный ребенок, если постарается, может и отключить эту службу. Поэтому ваша конечная цель – развитие у детей самоконтроля, дисциплины и ответственности.

8. **Предложите альтернативы.** Если вам кажется, что ваши дети интересуются только онлайн-развлечениями, попробуйте предложить им автономный аналог одной из их любимых игр. Например, если ваш ребенок получает удовольствие от ролевых игр на тему фэнтези, предложите ему почитать книги соответствующей тематики.

ВНУТРИСЕМЕЙНЫЕ ПРАВИЛА ИСПОЛЬЗОВАНИЯ СЕТИ ИНТЕРНЕТ.

Перед тем как дети начнут осваивать интернет, неплохо убедиться, что все понимают, что следует и что не следует делать в Сети. Можно написать кодекс поведения, которому все согласны следовать. Кроме того, можно составить правила пользования для каждого ребенка в семье в зависимости

от возраста. Каждый подписывает свое соглашение, чтобы показать, что понимает правила и соглашается следовать им в интернете. Ниже приведен образец. Его можно скопировать, пересмотреть для нужд именно вашей семьи и напечатать для личного использования. Семейные правила пользования Сетью можно прикрепить около каждого компьютера. Для напоминания.

СОГЛАШЕНИЕ О КОДЕКСЕ ПОВЕДЕНИЯ В СЕТИ ИНТЕРНЕТ.

Я обязуюсь:

1. Обращаться к моим родителям, чтобы узнать правила пользования интернетом: куда мне можно заходить, что можно делать и как долго позволяется находиться в интернете (___ минут или ___ часов).
2. Никогда не выдавать без разрешения родителей личную информацию: домашний адрес, номер телефона, рабочий адрес или номер телефона родителей, номера кредитных карточек или название и расположение _____ моей _____ школы.
3. Всегда немедленно сообщать родителям, если я увижу или получу в интернете что-либо тревожащее меня или угрожающее мне; сюда входят сообщения электронной почты, сайты или даже содержимое обычной почты от друзей в интернете.
4. Никогда не соглашаться лично встретиться с человеком, с которым я познакомился в интернете, без разрешения родителей.
5. Никогда не отправлять без разрешения родителей свои фотографии или фотографии членов семьи другим людям через интернет или обычной _____ почтой.
6. Никогда никому, кроме своих родителей, не выдавать пароли интернета (даже _____ лучшим _____ друзьям).
7. Вести себя в интернете правильно и не делать ничего, что может обидеть или разозлить других людей или противоречит закону.
8. Никогда не загружать, не устанавливать и не копировать ничего с дисков или из интернета без должного разрешения.
9. Никогда не делать без разрешения родителей в интернете ничего, требующего _____ платы.
10. Сообщить моим родителям мое регистрационное имя в интернете и имена в чате, перечисленные ниже:

Имя (ребенок) _____ Дата _____
Родитель или опекун _____ Дата _____